

2025年 12月度大洋スポーツクラブ予定表

2024/12/1

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
		上宿元気教室 9:30～上宿公民館 ・グラウンドゴルフ 13:30～くぬぎの森	・ニュースポーツ教室 14:00～白鳥東小体育館	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋武道館 ・合気道教室 19:00～ 武道館	
7	8	9	10	11	12	13
・歩こう会ウォーキング 8:50 中居運動場集合 ・合気道教室 17:00～ 武道館		上宿元気教室 9:30～上宿公民館 ・グラウンドゴルフ 13:30～くぬぎの森	・ニュースポーツ教室 14:00～白鳥東小体育館	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋武道館 ・合気道教室 19:00～ 武道館	
14	15	16	17	18	19	20
・合気道教室 17:00～ 武道館		上宿元気教室 9:30～上宿公民館 ・グラウンドゴルフ 13:30～くぬぎの森	・ニュースポーツ教室 14:00～白鳥東小体育館	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋武道館 ・合気道教室 19:00～ 武道館	・歩こう会役員会 13:00～くぬぎの森 ・役員会 14:00～くぬぎの森
21	22	23	24	25	26	27
・理事長杯GG大会 9:30～くぬぎの森 ・合気道教室 17:00～ 武道館		上宿元気教室 10:00～上宿公民館 ・グラウンドゴルフ 13:30～くぬぎの森	・ニュースポーツ教室 14:00～白鳥東小体育館	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋武道館 ・合気道教室 19:00～ 武道館	
28	29	30	31			
28日～年末休暇です。年始は1月5日から開始します				 今年度の目標 もう 1,000歩 		



12月度 教室・サークル活動の特記事項です。

- ◎今月の歩こう会は、中居運動場発着の田園地帯散策ウォークです。集合:8:50中居運動場
- ◎GGサークルの活動時間は △火曜日 集合13:15 開始13:30 △木曜日 集合9:15 開始9:30 場所:くぬぎの森
- ◎「ニュースポーツ教室」平日の部(14:00～)は白鳥東小体育館で実施します。休日の部(14:00～)は準備中
- ◎自分の健康づくり教室12/5,12は大洋公民館 12/19,26は武道館です。
- ◎「合気道教室」実施日:金曜日12/5,12,19,26 日曜日12/7,14,21 * 12/28はお休みです。
- ◎大洋SC事務局は12/28～1/4迄お休みです。新春交流会は2/16(日)予定です。



情報確認QRコード